



=社会行事= ・7 七夕 ・19日 土用入り
・21日 海の日

=季節の風物詩=

梅雨が明け、本格的に暑い夏の季節に、海開き、山開きがあり海水浴客や登山客で賑わう。下旬には多くの子どもたちが夏休みに入り、夏の行楽シーズンが始まる。土用(19日)にはウナギを食べて体力回復を。

Living Life Club とは
『いきいきとした 楽しいクラブ』です

会員数	男	女	合計
当月	39	69	108
前月比	0	+1	+1

7月予定表	日	曜	時間	場所
役員会	15	火	10:30~	資料室
月例会	17	木	13:30~	第1AB資
グラウンドゴルフ	毎週	月水木	8:15~	第1公園
スポーツ吹矢	4.18.25	金	13:00~	第1AB室
写経の会	8	火	14:00~	第1B室
カラオケ	2.9.16.23.30 4.11.18.25	水金	13:00~	第2洋室
清掃	6	日	7:00~	第1公園

◆ 6月例会 *参加者：43名

☆ 6月誕生者(7名)に祝い品お届け。

☆ 新規会員：5号棟 松岡公子さん

★ お楽しみ会はウクレレ(ツインズアロハ)

ハーモニカ(鈴木)の演奏 ・ビンゴゲームの景品は地産地消の野菜等と楽しい時間を過ごしました。

○ 肥後理事の補佐役として浦野理事を役員に追加しました。よろしくお願ひいたします。



エル・エル俳句

楽しきや 血まぢまぢの 冷やし麺 (すだち)

八十の 夢まだ多き 柿若葉 (のこ)

睡蓮の 開きて清き けさの池 (いずみ)

二年ごし 咲いたシクラメン 鉢輝く (あい)

ハンガーを くわえてカラス 青田道 (まこ)

* まこ(松山良子)さんが今月より加わりました。よろしくご期待ください。



7月 生まれの方々です

町田キミ子 下平 雅子
岸田 淳子 野間 壽恵
駒田 福代 芹沢いち子
井関 明 織田村佳之
山城キミヨ 水木 操

〈会員投稿〉 皆様の声をお届け下さい 手書き~yfa29901@nifty.com(13-1001 中川迄)

熱中症とは? 高温多湿な環境に、私たちの身体が適応できないことで生じるさまざまな症状の総称です。

- ・症状1 めまいや顔のほてり
 - ・症状2 筋肉痛や筋肉のけいれん
 - ・症状3 体のだるさや吐き気
 - ・症状4 汗のかきかたがおかしい
 - ・症状5 体温が高い、皮ふの異常
 - ・症状6 呼びかけに反応しない、
 - ・症状7 水分補給ができない
- このような症状が出たら熱中症にかかっている危険性があります

≪ 会員投稿 ≫ — 虹色に輝く夕日 (陽ざしの強い日) —

最近、夕日が西の空に沈もうとする頃、玄関ドアの小さなのぞき穴に夕日が差し込んでいます。

その光は4.5m離れたガラスドア迄届き、最初は細い三日月の形をしています。次第に満月に変えてドアの周囲は虹のように輝きます。10分位です。

その現象をカメラに収めました。

夕日が輝いている日は、時間を気にしながら楽しんでいます。

(2-910 山下 美代子)

玄関ドアののぞき穴

